



新聞箱おさつバー

おやつ製作・撮影 多田千香子

(アトリエおやつ新報主宰)

イラスト 吉田 雅



◆材料

(20cm の角の新聞箱型、20 × 2 × 1.5cm のおさつバー 10 本分)

卵…2 個

ヨーグルト…80g

オリーブ油…80g

薄力粉…100g

砂糖…100g

塩…小さじ 1/2

サツマイモ…1 本 (250 ~ 300g)

＜作り方＞

- ①オーブンを 210℃ に予熱する。
- ②サツマイモは皮つきのまま 5mm ほどの厚さに輪切りにする。
- ③小さなボウルに卵を入れて溶く。ヨーグルト、オリーブ油を入れてよく混ぜる。
- ④大きなボウルに薄力粉、砂糖、塩をふるい入れる。
- ⑤粉類のボウルに卵液を一度に加える。ゴムべらでダマにならないよう丁寧に切り混ぜる。
- ⑥オーブンペーパーを敷いた型に生地を流し込む。輪切りサツマイモをぐるぐる並べる。
- ⑦オーブンに入れる。180℃ に下げて 45 分ほど焼く。こげ茶色にしっかり焼いたほうがおいしい。冷めたら 2cm 幅ぐらいに切り分ける。

＜メモ＞

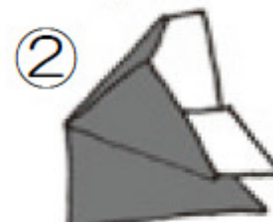
- オリーブ油の代わりにサラダ油でも OK です。

＜新聞箱の作り方＞

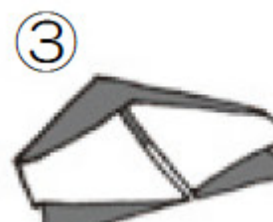
- ①見開きの新聞紙 1 枚は 3 回折って A4 サイズにする。



- ②折り線に向かって袋を開け、三角ポケットを作る。



- ③裏返して同様に三角ポケットを作る。



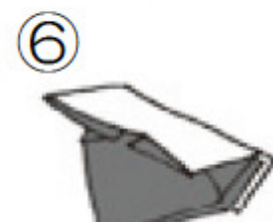
- ④両端を中心線に向かって折る。



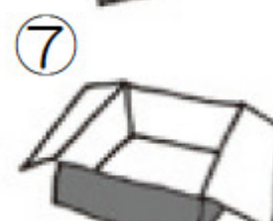
- ⑤裏も同様にする。



- ⑥ミミを折り下げる。裏も同様にする。



- ⑦底を広げて形を整える。もう一つ作ってミミをずらして重ねる。



※オーブンは機種や熱源の違いで焼き加減が変わります。レシピの温度、時間はあくまでも目安です。様子を見ながら調節してください。

1 本分 202kcal 塩分 0.3g